



Milena Schardong
Milena Schardong
 Departamento de Logística
 Matrícula 189507 / Nutricionista SME
 Gerência de Alimentação Escolar

Nadia R. dos Santos Sato
Nadia Rafaela dos Santos Sato
 Departamento de Logística
 Matrícula 189511 / Nutricionista SME
 Gerência de Alimentação Escolar

CARDÁPIO MATERNAL I (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) SINGULAR E SELETIVIDADE ALIMENTAR 19 DEZEMBRO 2023

Juliana R. D. Guedes
Juliana Rodrigues Dias Guedes
 Departamento de Logística
 Matrícula 184452
 Gerência de Alimentação Escolar

					SEXTA 01/12	
Desjejum					Suco de laranja 200ml	
Colação					PÃO FRANCÊS	
Almoço					MAÇÃ	
					ARROZ E FEIJÃO PRETO	
					Carne moída com molho 50g	
					Purê de batata 60g	
Lanche					Salada de repolho com tomate 30g	
					Laranja	
Jantar					Vitamina de banana 180 ml/ Flocos de milho sem açúcar 20g	
					Polenta com molho de frango 200g	
		SEGUNDA 04/12	TERÇA 05/12	QUARTA 06/12	QUINTA 07/12	SEXTA 08/12
Desjejum		Leite 190ml	Suco de maçã 200ml	Vitamina de morango 180ml	Leite 190ml	Suco de uva 200ml
Colação		PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS
Almoço		LARANJA	LARANJA	MAÇÃ	LARANJA	Maçã
		ARROZ E FEIJÃO PRETO	ARROZ E FEIJÃO PRETO	ARROZ E FEIJÃO PRETO	ARROZ E FEIJÃO PRETO	ARROZ E FEIJÃO PRETO
		Carne moída com tomate e cheiro verde 50g	Strogonoff de frango 70g	Barreado 70g	Frango à camponesa 70g	Posta assada com molho (50g de carne e 20g de molho)
		Cenoura refogada 50g	Batata doce refogada 50g	Farofa de banana 20g	Farofa de couve 20g	Creme de aipim 70g
	Salada de tomate com pepino 45g	Salada de vagem com cenoura 30g	Salada de alface	Salada de brócolis com couve-flor 20g	Salada de repolho verde com repolho roxo 30g	
	Maçã	MAÇÃ	LARANJA	MAÇÃ	LARANJA	
Lanche		Suco de laranja 200 ml /Muffin de maçã com uva passa 60g	LARANJA / Aveia em flocos finos 20g	Vitamina de morango 180ml / Flocos de milho sem açúcar 20g	MAÇÃ / Flocos de arroz 10g	LARANJA / Aveia em flocos finos 20g
Jantar		Risoto de frango - jantar 200g	Sopa camponesa 180g	Suco de maçã 200ml/ Pão de leite com iscas de frango 35g	Quirera ao molho de frango - jantar 200g	Sopa de feijão com macarrão 180g
		SEGUNDA 11/12	TERÇA 12/12	QUARTA 13/12	QUINTA 14/12	SEXTA 15/12
Desjejum		Leite 190ml	Vitamina de manga 180ml	Suco de laranja 200ml	Vitamina de banana 180ml	Leite 190ml
Colação		PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS
Almoço		LARANJA	Maçã	LARANJA	MAÇÃ	LARANJA
		ARROZ E FEIJÃO PRETO	ARROZ E FEIJÃO PRETO	ARROZ E FEIJÃO PRETO	ARROZ E FEIJÃO PRETO	ARROZ E FEIJÃO PRETO
		Picadinho de carne 70g	Isclas de frango com tomate 60g	Carne moída à camponesa (50g de carne e 20g de molho)	Bife de panela (60g de carne e 10g de molho)	Frango assado 50g
		Purê de batata 60g	Cenoura refogada 50g	Polenta - almoço 100g	Beterraba cozida 50g	Quirera - almoço 60g
	Salada de tomate 40g	Salada de pepino 35g	Salada de acelga 20g	Salada de alface 25g	Salada de repolho 23g	
	Maçã	LARANJA	MAÇÃ	LARANJA	MAÇÃ	
Lanche		Batida de maçã 190ml/ Flocos de milho sem açúcar 20g	Suco de uva 200ml/ Bolo de banana com aveia 60g	LARANJA / Aveia em flocos finos 20g	Leite 190ml / PÃO FRANCÊS	Creme de morango 100g/ Flocos de arroz 10g
Jantar		Arroz carreteiro 180g	Polenta à bolonhesa- jantar 200g	Canja 200g	Sopa camponesa 180g	Cozido de aipim 170g



Milena Schardong
Milena Schardong
 Departamento de Logística
 Matrícula 189507 / Nutricionista SME
 Gerência de Alimentação Escolar

CARDÁPIO MATERNAL I (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) SINGULAR E

SELETIVIDADE ALIMENTAR 19 DEZEMBRO

2023

Nadia R. dos Santos Sato
Nadia Rafaela dos Santos Sato
 Departamento de Logística
 Matrícula 189511/ Nutricionista SME
 Gerência de Alimentação Escolar

Juliana R. D. Guedes
Juliana Rodrigues Dias Guedes
 Departamento de Logística
 Matrícula 184452
 Gerência de Alimentação Escolar

	SEGUNDA 18/12	TERÇA 19/12	QUARTA 20/12	QUINTA 21/12	SEXTA 22/12
Desjejum	Vitamina de banana 180ml	Suco de uva 200ml	Leite 190ml	Suco de laranja 200ml	Leite 190ml
	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS
Colação	LARANJA	Maçã	LARANJA	MAÇÃ	LARANJA
Almoço	ARROZ E FEIJÃO PRETO	ARROZ E FEIJÃO PRETO	ARROZ E FEIJÃO PRETO	ARROZ E FEIJÃO PRETO	ARROZ E FEIJÃO PRETO
	Strogonoff de carne 70g	Frango ensopado 70g	Isclas de carne à brasileira 60g	Frango napolitano 70g	Carne moída com molho 50g
	Cenoura com brócolis refogados 50g	Farofa de couve 20g	Macarrão ao alho e óleo 65g	Legumes refogados 40g	Purê de batata 60g
	Salada de pepino 35g	Salada de tomate 40g	Salada de alface 25g	Salada de beterraba 35g	Salada de brócolis 30g
	MAÇÃ	LARANJA	MAÇÃ	LARANJA	MAÇÃ
Lanche	Suco de uva 200ml/ Bolo de banana com aveia 60g	Suco de maçã 200ml/ PÃO FRANCÊS	LARANJA / Aveia em flocos finos 20g	Creme de morango 100ml/ Flocos de arroz 10g	Vitamina de manga 180ml/ Flocos de milho sem açúcar 20g
Jantar	Quirera ao molho de frango - jantar 200g	Arroz carreteiro 180g	Polenta com molho de frango 200g	Sopa cabocla 180g	Canja 200g